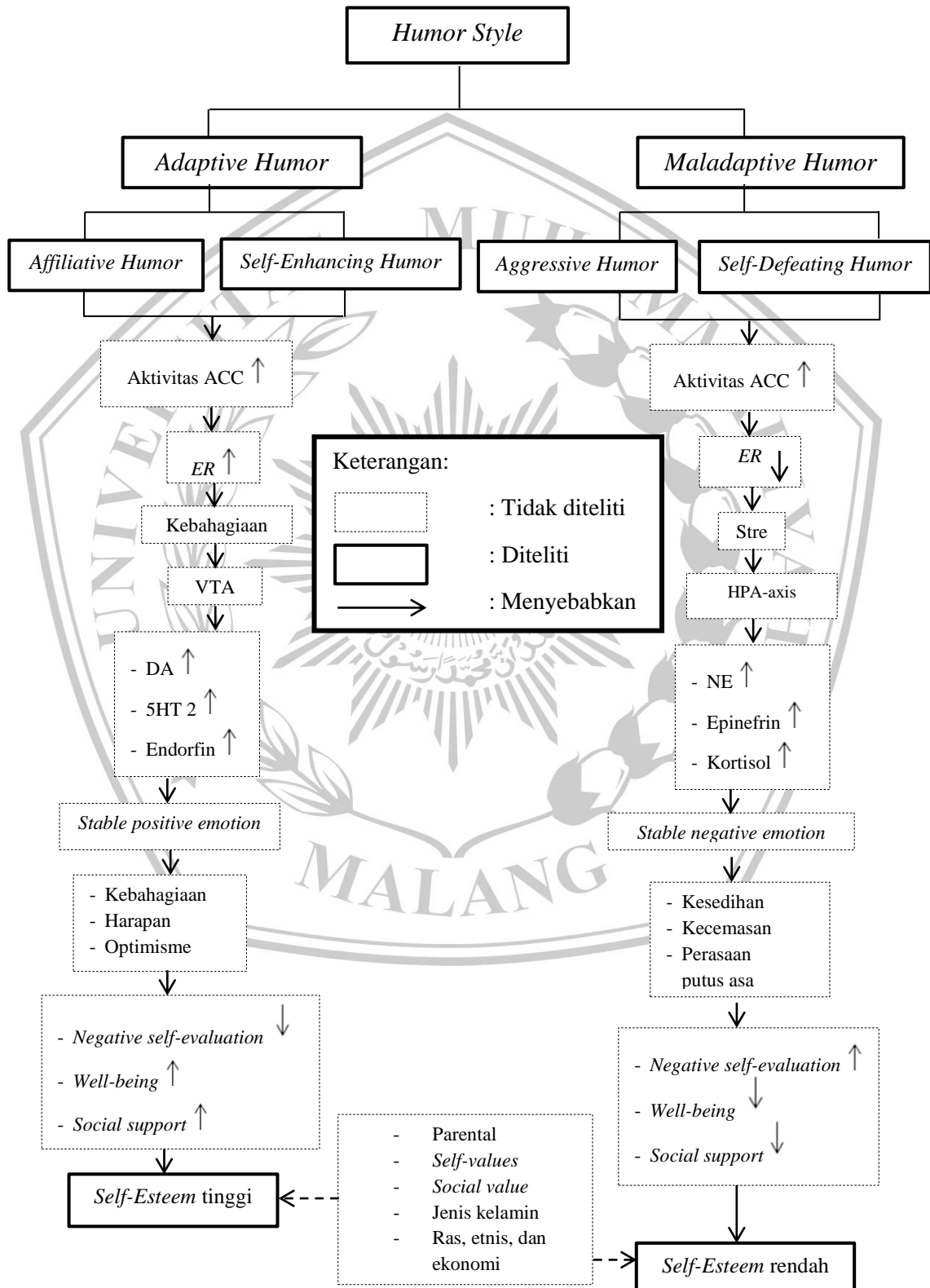


## BAB 3

### KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN

#### 3.1 Kerangka Konseptual Penelitian



Empat dimensi *humor style* antara lain: *affiliative humor*, *self-enhancing humor*, *aggressive humor*, dan *self-defeating humor* (Martin, 2007). Humor yang bersifat menyehatkan dan adaptif adalah *affiliative humor* dan *self-enhancing humor*, sedangkan humor yang bersifat tidak menyehatkan dan maladaptif adalah *aggressive humor* dan *self-defeating humor* (Martin & Kuiper, 2016).

Peran ACC dalam *cognitive conflict* yang muncul dalam humor, juga berperan penting dalam ER (Sebastian & Ahmed, 2018). Penggunaan *adaptive humor* dalam kehidupan sehari-hari mampu mempermudah seseorang dalam mengontrol ER, sedangkan penggunaan *maladaptive humor* justru mengurangi kemampuan seseorang dalam mengontrol ER (Mathews, 2016). Oleh karena itu, orang-orang yang menerapkan *adaptive humor* cenderung memiliki *stable positive emotion* dan penerapan *maladaptive humor* akan menyebabkan seseorang cenderung memiliki *stable negative emotion* (Cann & Collette, 2014).

Emosi negatif dapat memicu timbulnya stress (Kumar *et al.*, 2013). Hal ini menyebabkan HPA axis dan SAM system, CRH-CRF, dan AVP menjadi teraktivasi (Tsigos *et al.*, 2016). Respon yang ditimbulkan adalah peningkatan sekresi kortisol, epinefrin, dan NE (Guyton & Hall, 2008). Tubuh juga akan merespon perubahan neurotransmitter ini dalam bentuk perubahan emosi dan perilaku seperti: kehilangan semangat, penurunan rasa percaya diri, merasa pesimis, depresi berkepanjangan, dan keluhan fisik lainnya (Frank, 2003).

*Maladaptive humor* bersifat merusak dan merendahkan *self-esteem* seseorang, serta dapat membuat seseorang selalu merasa tidak cukup dengan dirinya, sehingga orang tersebut akan meningkatkan standar *self-evaluative* yang negatif dalam dirinya (Liu, 2012). Individu dengan *aggressive humor* dan *self-*

*defeating humor* akan membuat orang-orang di sekitarnya menghindarinya dan kebahagiaan mereka akan turun, karena *social support* kepadanya menurun, menurunkan *well-being*, *negative self-evaluation* akan meningkat, dan berhubungan positif dengan kecemasan (Liu, 2012). Oleh karena itu, penggunaan *maladaptive humor* mampu menyebabkan rendahnya *self-esteem* seseorang (Cann & Collette, 2014).

*Affiliative humor* mampu meningkatkan *social support*, sedangkan *self-enhancing humor* mampu membantu diri seseorang untuk membentuk pola berpikir positif yang menghasilkan kebahagiaan, harapan, dan optimisme serta membantu perkembangan *self-esteem* (Yue & Liu, 2014; Mathews, 2016). Kebahagiaan mampu menyebabkan emosi positif yang akan menyebabkan aktivasi sistem limbik, terutama VTA yang menjadi pusat produksi DA (Sadock, Sadock, & Ruiz, 2015). Emosi positif yang menciptakan kebahagiaan juga merangsang peningkatan produksi 5HT<sub>2</sub> dan endorfin di sistem limbik (Dfarhud, Malmiir, & Khanahmadi, 2014). Oleh karena itu, orang-orang yang menggunakan *adaptive humor* akan cenderung mempunyai *stable positive emotion* (Cann & Collette, 2014). *Adaptive humor* mampu meningkatkan *character strength* yang menyebabkan peningkatan *life-satisfaction*, yang akan berakibat pada peningkatan *well being*, sehingga mampu berpengaruh positif terhadap *self-esteem* seseorang (Liu, 2012).

### 3.2 Hipotesis Penelitian

*Humor style* berpengaruh terhadap *self-esteem* pada mahasiswa laki-laki

Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang

